

Norovirus

1. ¿Qué es el norovirus?

El norovirus es una enfermedad del estómago y los intestinos. A menudo es llamado intoxicación por alimentos o la gripe estomacal, pero no está relacionado con la gripe (influenza). Es la causa más común de diarrea y vómito.

2. ¿Cómo se propaga el norovirus?

El norovirus se puede propagar rápidamente y fácilmente de persona a persona, especialmente en lugares cercanos como centros de enfermería especializada, guarderías, escuelas, y en los cruceros. También puede propagar fácilmente de las superficies o alimentos contaminados o de una persona infectada. Esta enfermedad a menudo es la causa de brotes en restaurantes y servicios de comida.

3. ¿Cuáles son los síntomas del norovirus?

El síntoma más común de la enfermedad causada por el norovirus es la diarrea. Otros posibles síntomas pueden incluir vómito, náusea y calambres en el estómago. También puede tener una fiebre baja, escalofríos, dolor de cabeza, dolores musculares y una sensación general de cansancio. La enfermedad por norovirus a menudo empieza de repente con síntomas que duran de uno a dos días.

4. ¿Cuál es el tratamiento del norovirus?

No hay medicamentos para tratar la enfermedad por norovirus. Cuando las personas están enfermas con diarrea y vómito, se recomienda beber muchos líquidos para evitar la deshidratación (pérdida de agua en el cuerpo) que es el efecto de salud más grave de esta enfermedad, principalmente para los niños pequeños, los ancianos y las personas con un sistema inmunológico débil (como cáncer o VIH) o con una enfermedad crónica (como diabetes o enfermedades del corazón).

5. ¿Cómo puede prevenir la propagación de norovirus?

- Lávese las manos muy bien con agua y jabón, especialmente antes de comer o preparar alimentos y después de ir al baño o cambiar pañales.
- Las personas que están enfermas por norovirus deben permanecer en casa para evitar que otros se enfermen y no deben preparar alimentos mientras tengan los síntomas (diarrea o vómito) y por dos días después de recuperarse.
- Lave las frutas y las verduras y cocine bien los mariscos a temperaturas por encima de 60°C/140°F.
- Limpie y desinfecte todas las superficies, ropa o sábanas tan pronto como sea posible después de haber sido contaminadas con diarrea o vómito.



Puntos claves:

- Norovirus también a menudo es llamado intoxicación por alimentos. Es la causa más común de diarrea y vómito.
- Norovirus se propaga muy fácilmente. Es una causa principal de brotes de enfermedades transmitidas por los alimentos.
- Protéjase a usted y a los demás:
 - ✓ Lávese las manos con frecuencia
 - ✓ Quédese en casa y no prepare la comida si está enfermo
 - ✓ Enjuague frutas y verduras
 - ✓ Cocine bien los mariscos
 - ✓ Limpie las superficies y lave la ropa si alguien está enfermo

Para más información:

Departamento de Salud Pública
del Condado de Los Ángeles

<http://publichealth.lacounty.gov/>

Departamento de Salud Pública
del Estado de California

www.cdph.ca.gov/healthinfo

Centros para el Control y la
Prevención de Enfermedades

www.cdc.gov/diseasesconditions

CDCP-ACDC-0077-02 (11/30/15)